

## PRACE ORYGINALNE • ORIGINAL PAPERS

## Współzależności między sposobami radzenia sobie ze stresem a zaburzonymi postawami wobec odżywiania u kobiet z anoreksją typu przeczyszczającego i z bulimią

### Interdependence between the ways of coping with stress and disturbed attitudes toward eating in women with binge-eating type of anorexia and bulimia

BEATA PAWŁOWSKA<sup>A-G</sup>Katedra i Klinika Psychiatrii Uniwersytetu Medycznego w Lublinie  
Kierownik: prof. dr hab. med. Andrzej Czernikiewicz

A – przygotowanie projektu badania, B – zbieranie danych, C – analiza statystyczna, D – interpretacja danych, E – przygotowanie maszynopisu, F – opracowanie piśmiennictwa, G – pozyskanie funduszy

**Streszczenie Cel pracy.** Udzielenie odpowiedzi na następujący problem badawczy: czy i jakie zależności występują między sposobami radzenia sobie ze stresem a zaburzonymi postawami wobec odżywiania u kobiet z anoreksją typu przeczyszczającego i z bulimią?

**Materiał i metody.** W pracy zastosowano następujące testy psychologiczne: Kwestionariusz Radzenia Sobie ze Stresem oraz Inwentarz Zaburzeń Odżywiania EDI. Grupę badaną stanowiły 122 pacjentki z zaburzeniami odżywiania.

**Wyniki i wnioski.** Na podstawie analizy kanonicznej stwierdzono występowanie istotnych współzależności między reagowaniem w sytuacji stresu poczuciem winy, ucieczką od problemów, koncentracją na porażkach a nasilonym poczuciem bezwartościowości, trudnościami w rozpoznawaniu swoich potrzeb, stosowaniem restrykcyjnych diet i perfekcjonizmem u kobiet z zaburzeniami odżywiania. Poszukiwanie w sytuacji stresu zastępczej satysfakcji, w postaci np. jedzenia łączy się ze stosowaniem środków przeczyszczających.

**Słowa kluczowe:** radzenie sobie ze stresem, zaburzenia odżywiania.

**Summary Objectives.** The aim of this study was to answer the following research problem: whether and what dependencies exist between the ways of coping with stress and disturbed attitudes toward eating in women with purging type of anorexia and bulimia?

**Material and methods.** In this work the following psychological tests were used: the Questionnaire of Coping with Stress and the Eating Disorders Inventory. Study group consisted of 122 patients with eating disorders.

**Results and conclusions.** Based on canonical analysis the authors found significant correlations between response to stressful situations with guiltiness, escape from problems and intensified sense of worthlessness, difficulty in identifying own needs, use of restrictive diets and perfectionism in women with eating disorders. Searching for the substitute satisfaction in situations of stress such as food, is combined with use of laxatives.

**Key words:** coping with stress, eating disorders.

## Wstęp

Radzenie sobie jest reakcją adaptacyjną, pojawiającą się wtedy, gdy osoba spostrzega sytuację w kategoriach zagrożenia, jako sytuację trudną [1]. Według Lazarusa i Folkmana [1], w radzeniu sobie z sytuacjami trudnymi można wykorzystywać strategie skoncentrowane na problemie, czyli strategie zadaniowe, zmierzające do zmiany sytuacji, i strategie zorientowane na emocjach, mające na celu redukcję napięcia i negatywnych emocji, będących reakcją na sytuacje stresujące.

Zdaniem badaczy [2, 3] nieefektywne, nieadaptacyjne metody radzenia sobie ze stresem należą do czynników ryzyka rozwoju zaburzeń odżywiania i powinny stanowić cel interwencji terapeutycznej.

W pracy sformułowano następujący problem badawczy: czy i jakie zależności występują między sposobami radzenia sobie ze stresem a zaburzonymi postawami wobec odżywiania u kobiet z anoreksją typu przeczyszczającego i z bulimią?

## Materiał i metody

W pracy zastosowano następujące testy psychologiczne: Kwestionariusz Radzenia Sobie ze Stresem Janke, Erdmann, Boucsein oraz Inwentarz Zaburzeń Odżywiania Garner, Olmsted i Polivy.

## Wyniki

Celem określenia zależności między sposobami radzenia sobie ze stresem a zaburzonymi postawami wobec odżywiania u badanych pacjentek zastosowano analizę kanoniczną (tab. 1).

Tabela 1. Współzależności między wynikami w skalach Kwestionariusza KOS a wynikami w skalach Inwentarza EDI u kobiet z zaburzeniami odżywiania			
Skale	Współczynnik	Pier. 1	Pier. 2
Bagatelizacja		-0,43	
Porównywanie z innymi		-0,50	0,54
Obrona przed winą			0,33
Zastępcza satysfakcja			0,31
Próba kontroli swoich reakcji		-0,32	
Pozytywne instruowanie siebie		-0,49	
Tendencja uciezkowa		0,81	
Izolowanie się od ludzi		0,70	0,31
Dalsze zajmowanie się w myślach		0,81	
Rezygnacja		0,83	
Użalanie się nad sobą		0,67	
Obwinianie siebie		0,84	
Agresja		0,49	
Uzależnienie		0,55	
	Ad	27%	6%
	Rd	17%	2%
Dążenie do bycia szczupłym		0,75	
Bulimia		0,58	0,43
Niezadowolenie z własnego ciała		0,63	
Niefektywność		0,93	
Perfekcjonizm		0,72	
Nieufność w relacjach międzyludzkich		0,64	
Świadomość interoceptywna		0,87	0,31
Lęk przed dojrzałością		0,33	
	Ad	49%	6%
	Rd	31%	2%
	CR	0,79	0,55
	$p <$	0,001	0,002

Uwaga: Ad – współczynnik dopasowania; Rd – współczynnik redundancji; CR – współczynnik korelacji kanonicznej. W tabeli zamieszczono tylko te zmienne, których korelacje (dodatnie lub ujemne) były wyższe lub równe 0,30.

Otrzymano dwie pary zmiennych kanonicznych. Zmienne kanoniczne utworzone ze skal Kwestionariusza Radzenia Sobie ze Stresem wyjaśniają 33% zmienności w tym zbiorze i tłumaczą w sumie 33% wariancji w zakresie skal Inwentarza EDI. Zmienne kanoniczne utworzone ze skal Inwentarza EDI wyjaśniają łącznie ponad połowę (55%) zmienności w zakresie tych skal i 19% zmienności w zakresie sposobów radzenia sobie ze stresem.

Pierwsza para zmiennych kanonicznych opisuje współzależności między tendencją do reagowania w sytuacji stresu, poczuciem winy, ucieczką, poczuciem przygnębienia i beznadziejności, koncentracją na porażkach a nasilonym poczuciem nieefektywności, bezwartościowości, trudnościami w rozpoznawaniu swoich potrzeb, dążeniem do uzyskania szczupłej sylwetki i perfekcjonizmem u kobiet z zaburzeniami odżywiania. Reagowanie w sytuacjach stresu przekonaniem o posiadaniu lepszych, niż inni ludzie, predyspozycji do poradzenia sobie z trudną sytuacją i porównywanie się z innymi oraz poszukiwanie zastępczej satysfakcji łączy się z nasileniem zachowań bulimicznych u pacjentek, o czym informuje druga para zmiennych kanonicznych.

## Dyskusja

Otrzymane na podstawie analiz statystycznych wyniki informują o występowaniu istotnych statystycznie zależności między nasileniem zaburzeń odżywiania a stosowaniem nieadaptacyjnych,

skoncentrowanych na emocjach sposobów radzenia sobie ze stresem przez kobiety z anoreksją i z bulimią. Rezultaty te ściśle korespondują z danymi z literatury tematu [3–5] wskazującymi na występowanie zależności między emocjonalnym i unikającym stylem radzenia sobie ze stresem a wysokimi wynikami uzyskanymi przez kobiety z zaburzeniami odżywiania w Inwentarzu EDI.

Poglądy te są spójne z opinią prezentowaną przez Brytek [6], według której zaburzenia odżywiania mogą ogdrywać rolę mechanizmów obronnych w sytuacjach stresowych, konfliktowych, z którymi osoba nie potrafi sobie poradzić w konstruktywny sposób.

## Wnioski

Na podstawie otrzymanych wyników sformułowano następujące wnioski:

1. Stosowanie w sytuacji stresu nieadaptacyjnych metod, takich jak: reagowanie poczuciem winy, poczuciem przygnębienia, beznadziejności, ucieczką od problemów, koncentracją na porażkach, współwystępuje z nasilonym poczuciem bezwartościowości, trudnościami w rozpoznawaniu swoich potrzeb, stosowaniem restrykcyjnych diet i perfekcjonizmem u kobiet z zaburzeniami odżywiania.
2. Poszukiwanie w sytuacji stresu zastępczej satysfakcji w postaci np. jedzenia łączy się z objadaniem się i stosowaniem środków przeczyszczających.

## Piśmiennictwo

1. Folkman S, Lazarus RS. If it changes it must be a process: study of emotion and coping during three stages of a college examination. *J Pers Soc Psychol* 1985; 48(1): 150–170.
2. Ball K, Lee C. Psychological stress, coping, and symptoms of disordered eating in a community sample of young Australian women. *Int J Eat Disord* 2002; 31(1): 71–81.
3. García-Grau E, Fusté A, Miró A, et al. Coping style and disturbed eating attitudes in adolescent girls. *Int J Eat Disord* 2002; 32(1): 116–120.
4. Corstorphine E, Mountford V, Tomlinson S, et al. Distress tolerance in the eating disorders. *Eat Behav* 2007; 8(1): 91–97.
5. Spoor ST, Bekker MH, Van Strien T, van Heck GL. Relations between negative affect, coping, and emotional eating. *Appetite* 2007; 48(3): 368–376.
6. Brytek A. Poczucie własnej wartości, strategie radzenia sobie ze stresem i ekspresja złości u francuskich pacjentek chorych na jadłowstręt psychiczny. *Psychiatr Pol* 2006; 40(4): 743–750.

Adres do korespondencji:

Dr hab. n. med. Beata Pawłowska  
Katedra i Klinika Psychiatrii UM  
ul. Głuska 1  
20-439 Lublin  
Tel.: (81) 748-64-68  
E-mail: pawlowskabeata@tlen.pl

Praca wpłynęła do Redakcji: 30.03.2011 r.

Po recenzji: 4.04.2011 r.

Zaakceptowano do druku: 11.04.2011 r.